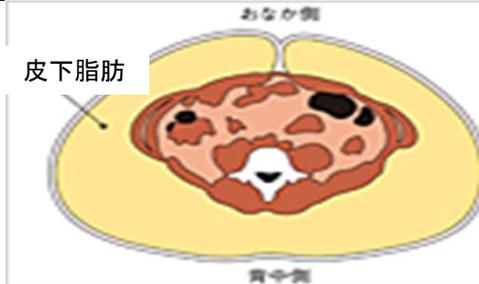
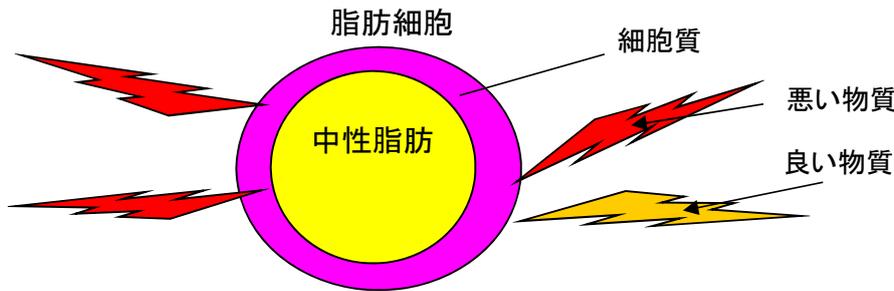


# 内臓脂肪と皮下脂肪の違い

		①内臓脂肪(男性に多い)	②皮下脂肪(女性に多い)
		内臓脂肪肥満	単純性肥満
CT写真ではこのようになります			
脂肪のつく場所		脂肪の貯蔵、運搬をつかさどる肝臓のそばにあるので、出し入れが簡単(普通預金)	尻や太ももなど、肝臓から遠く離れているので、貯蔵しても出るのが大変(定期預金)
同じ「脂肪」なので共通していること		軽度の肥満までは1つの細胞に中性脂肪をためこんで大きくなっていく 1つ1つの細胞からいろいろな「生理活性物質」を分泌する	
			
生理活性物質の種類	脂肪酸 (中性脂肪から作られる)  脂質異常症	脂肪細胞から直接肝臓へ運び込まれる ↓ 脂肪肝 多い	血液中へ流れて全身をまわる  少ない
	インスリンの働きを阻害する物質	多い	少ない
	※脂肪細胞に脂肪を溜め込むには「インスリン」を使うので、「高インスリン血症」、「インスリン抵抗性」も起こっていく		
	血圧を上げる物質	多い	少ない
	血栓作用のある物質	多い	少ない
	免疫を低下させる物質	多い	少ない
動脈硬化を抑える「よい物質」	動脈硬化を抑える「よい物質」も分泌されるのに、過剰に蓄えると、量が減ったり、効果が低くなります。		